

Zkvalitnění sociálních služeb Ledax o.p.s., CSS Emausy s.r.o. a Ledax Vysoké Mýto o.p.s.

Registrační číslo projektu

CZ.03.2.63/0.0/0.0/17_071/0007725

Společnost: **Ledax o.p.s.**

Sociální služba: **Osobní asistence**

SQ1 Metodika činností Osobní asistence
Ledax o.p.s.



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost

Ledax

METODIKA ČINNOSTÍ OSOBNÍ ASISTENCE LEDAX o.p.s.

Základní činnosti osobní asistence jsou vymezeny zákonem č. 108/2006 Sb., o sociálních službách a podrobně specifikovány vyhláškou č. 505/2006 Sb. v platném znění, která zároveň určuje maximální možnou výši úhrady za jednotlivé úkony.

Fakultativní (doplňkové) činnosti jsou poskytovány nad rámec zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách a nelze je poskytovat bez využití základních úkonů. Poskytnuté fakultativní služby jsou zapsány do individuálního plánu konkrétního uživatele a výše úhrady za tyto úkony může být stanovena až do výše skutečně vynaložených nákladů.

Zásady při provádění činností (úkonů)

- Úkon (činnost) a jeho rozsah je vymezen ve smlouvě o poskytování osobní asistence (dále jen „smlouva“) a v individuálním plánu uživatele.
- Rozsah poskytovaných úkonů odpovídá běžným potřebám uživatelových vrstevníků, jejichž životní situace pomoc osobní asistence nepotřebuje.
- Při provádění úkonů pracovníci vycházejí z individuálních potřeb uživatele a každý krok je uživateli vždy oznámen.
- Dojde-li v průběhu poskytování služby k potřebě změnit rozsah nebo četnost poskytovaných činností, pracovník tyto změny zapíše do individuálního plánu a zajistí zapsání změn do formuláře Změna v poskytování činností a úkonů. Tento formulář je vytištěn ve dvou vyhotoveních, které jsou podepsány pracovníkem a uživatelem. Jeden dokument obdrží uživatel, druhý sociální pracovník přiloží ke smlouvě do spisu uživatele.
- Změněné úkony jsou pracovníkem ke dni změny zapsány do Výkazu úkonů. Na další měsíc již vedoucí střediska nebo sociální pracovník vytiskne nový Výkaz úkonů se zaznamenanými změnami úkonů.
- Každá započatá časová jednotka je dle měrné jednotky uvedené v Ceníku činností a úkonů Osobní asistence Ledax o.p.s. zaznamenávána do Výkazu úkonů. Je-li v ceníku uvedena měrná jednotka 15 minut, počítá se každých započatých 15 minut. Ve Výkazu úkonů se časové jednotky potřebné na provedení jednoho úkonu sčítají.
- Dobu a rozsah úkonu naplánuje vedoucí osobní asistence/sociální pracovník s uživatelem a pracovníkem v sociálních službách (osobním asistentem), (dále jen „pracovník“).
- Pomůcky a potřeby k provedení úkonů zajišťuje uživatel (rodina uživatele).
- Pracovník vhodně motivuje uživatele do zapojení se do prováděných úkonů s ohledem na jeho schopnosti a možnosti.
- Pracovník respektuje individualitu uživatele, jeho možnosti a přání, dbá na zachování jeho intimity a důstojnosti.
- Pracovník při komunikaci s uživatelem upoutaným na invalidní vozík či lůžko nestojí, ale snaží se sednout tak, aby oči uživatele i pracovníka byly v jedné rovině.

- U imobilních uživatelů lze od uživatele vyžadovat zajištění kompenzačních pomůcek pro manipulaci s uživatelem (např. zvedák) nebo pomoc rodiny.
- V případě, kdy dojde ke zhoršení zdravotního stavu uživatele, a následkem toho ke ztrátě soběstačnosti, může osobní asistence zajistit pouze ty činnosti, ke kterým je kompetentní. Nastalou situaci sociální pracovník řeší s rodinou uživatele a v případě, že uživatel rodinu nemá, může pracovník po dohodě s uživatelem oslovit další instituce, které mohou/pomohou péči o uživatele zajistit.
- Pracovník neprovádí úkon v domácnosti uživatele bez jeho přítomnosti, i když má klíče od domácnosti uživatele.
- Není-li ve stanovený (domluvený) čas uživatel doma, je mu účtován úkon „pochůzka“ v délce trvání 15 minut.
- Lůžko imobilního uživatele by mělo být polohovací, opatřené hrazdičkou a přístupné ze tří stran.
- Pracovník při veškerých činnostech dodržuje bezpečnost a ochranu zdraví při práci (dále jen „BOZP“), pracovník může např. odmítnout použít elektrospotřebič, pokud je poškozený a byl by tak ohrožen jeho život nebo zdraví; zjištěné závady pracovník oznámí uživateli (rodině), sám nic neopravuje, není k opravě oprávněn.

I. ZÁKLADNÍ ČINNOSTI

a) POMOC PŘI ZVLÁDÁNÍ BĚŽNÝCH ÚKONŮ PÉČE O VLASTNÍ OSOBU

1. Pomoc a podpora při podávání jídla a pití

Popis úkonu: pracovník pomáhá uživateli při zajištění stravování a pitného režimu. Jedná se zejména o dopomoc při přijímání stravy a tekutin, pracovník pomáhá uživateli při konzumaci a dohlíží na uživatele po celou dobu konzumace. Pracovník poskytuje uživateli pomoc a podporu při podávání snídaně, dopolední či odpolední svačiny, oběda, večeře (dle aktuální potřeby uživatele). Důraz přitom klade na vlastní schopnosti a možnosti uživatele a snaží se jej maximálně zapojit do procesu. Pracovník uživateli pomáhá při vykonávání daných úkonů, případně dle potřeby vykonává některé úkony v plné míře.

Použité nádobí pracovník umyje v případě, že je s uživatelem sjednán úkon „pomoc s úklidem a údržbou domácnosti a osobních věcí“.

Úkon je poskytován v domácím, školním, veřejném či jiném prostředí.

Úkon zahrnuje:

- chystání stravy a pití (nakrájení stravy na sousta, mixování stravy),
- kontrolu teploty jídla a tekutin,
- ohřátí jídla či ochlazení (mikrovlnná trouba, sporák),
- podání jídla uživateli na stůl nebo k lůžku,
- nalití nápoje do sklenice nebo hrnku,
- naklonění nebo přidržení sklenice či hrnku,
- nasměrování uživatelových rukou k uchopení sklenice či hrnku (např. při poruše zraku uživatele),
- podávání nápoje brčkem nebo lžičkou,
- dochucení jídla dle přání uživatele,
- pomoc s vlastní konzumací jídla, vkládání soust do úst, vedení uživatelovi ruky při vkládání soust do úst (imobilní uživatel, paréza končetin).

2. Pomoc při oblékání a svlékání včetně speciálních pomůcek

Popis úkonu: pracovník pomáhá uživateli při činnostech souvisejících s oblékáním oděvu či užíváním speciálních pomůcek, které si zajišťuje uživatel, a to slovními instrukcemi, názorným předváděním, příp. uživatele sám fyzicky obléká, svléká a nasazuje pomůcky. Míra pomoci záleží na míře postižení uživatele a jeho schopnostech a na domluvě mezi uživatelem a pracovníkem. Pokud je to možné, nechává pracovník uživatele, aby se oblékal či svlékal sám a pomáhá mu pouze ve chvílích, kdy uživatel vlastními silami není schopen činnost dokončit.

Úkon je poskytován v domácím, školním, veřejném či jiném prostředí.

Úkon zahrnuje:

- pomoc s výběrem oblečení (zapojení uživatele do výběru oděvu, obuvi),
- pomoc se správným vrstvením oblečení,
- pomoc při oblékání/vysvlékání jednotlivých částí oděvů, přidržení oděvu,
- pomoc se zapínáním a rozepínáním knoflíků, háčků, zipů,
- pomoc při obouvání, zouvání obuvi, zavazování obuvi,
- pomoc při výměně inkontinenčních pomůcek (vločky, pleny, plenkové kalhotky),

- pomoc při nasazování a upínání protéz, kýlních pásů, elastických punčoch, ortéz,
- pomoc při nasazování a používání kompenzačních pomůcek (obouváky, oblékače, podavače).

3. Pomoc při prostorové orientaci, samostatném pohybu ve vnitřním i vnějším prostoru

Popis úkonu: pracovník je uživateli oporou při orientaci v cizím, příp. domácím prostředí a podporuje uživatele při pohybu v prostoru, ať už samostatně nebo za použití pomůcek, které si obstarává uživatel.

Úkon je poskytován v domácím, školním, veřejném či jiném prostředí, dle toho, kde je pomoc uživateli aktuálně poskytována.

Úkon zahrnuje:

- nepřímý doprovod uživatele - slovní popis trasy chůze, upozornění na překážky, otvírání dveří,
- přímý doprovod, kdy se uživatel pracovníka drží,
- pomoc uživateli s postižením zraku při nácvičení užívání slepeckého hole nebo vodícího psa,
- manipulaci s invalidním vozíkem nebo instrukci uživateli ke správnému používání vozíku (u uživatelů upoutaných na invalidní vozík),
- pomoc a podporu při zhoršené pohyblivosti uživatele s využitím kompenzačních pomůcek (berle, hůl, chodítka, vozík); při využívání kompenzačních pomůcek uživatelem je nutné proškolení pracovníka.

4. Pomoc při přesunu na lůžko nebo vozík

Popis úkonu: úkon se provádí s přihlédnutím k pohybovým schopnostem uživatele a s důrazem na bezpečnost uživatele i pracovníka. Pracovník je uživateli při přesouvání oporou a to jak psychickou, kdy ho motivuje a povzbuzuje, tak fyzickou. Pokud je uživatel schopen samostatného přesunu, ve kterém mu brání jen strach, nebo nedůvěra ve vlastní schopnosti, snaží se jej pracovník slovně motivovat, podporovat ho v jeho schopnostech a oceňovat i minimální pokroky či snahy o přesun.

Úkon je poskytován v domácím, školním, veřejném či jiném prostředí.

Úkon zahrnuje:

- pomoc při zvedání uživatele z lůžka (vozíku) a přistavení, přidržení a přisouvání invalidního vozíku,
- přidržování uživatele při jeho přesedání na lůžko (vozík),
- polohování postele,
- manipulace s uživatelem,
- u imobilního uživatele je pomoc při přesunu na lůžko nebo vozík prováděna za přítomnosti zvedáku nebo druhé osoby (rodina, druhý pracovník).

b) POMOC PŘI OSOBNÍ HYGIENĚ

1. Pomoc při úkonech osobní hygieny

Popis úkonu: pracovník uživateli pomáhá s provedením základní hygieny, nebo hygieny celého těla. Důraz přitom klade na schopnosti a možnosti uživatele a snaží se jej maximálně zapojit do procesu hygieny. Pracovník uživateli pomáhá při vykonávání daných úkonů, případně dle potřeby vykonává některé úkony v plné míře.

Úkon je většinou poskytován v domácím prostředí uživatele.

Úkon zahrnuje tyto možnosti:

- provádění ranního mytí,
- umývání v koupelně nebo na lůžku,
- péči o vlasy, chrup, pokožku a nehty,
- holení uživatele,
- koupel ve vaně v domácnosti uživatele,
- sprchování v domácnosti uživatele,
- převlékání lůžka uživatele,
- koupel ve středisku osobní hygieny po přivezení uživatele.

Pracovník při úkonech hygieny:

- dbá na bezpečnost uživatele i svoji (např. nebezpečí uklouznutí na mokré podlaze),
- využívá madla, protiskluzové podložky, vozíky či sedačky do sprchy a vany,
- používá ochranné pomůcky – rukavice, gumová/igelitová zástěra, příp. rouška,
- uživatele motivuje k aktivitě při mytí,
- zachovává intimitu a soukromí uživatele a bere ohled na stud uživatele,
- šetrně, ale důkladně osuší kůži (při neopatrném sušení kůže hrozí strhnutí kůže a následně nebezpečí vzniku opruzenin a dekubitů),
- po dohodě s uživatelem promaže celé tělo,
- při používání inkontinenčních pomůcek namaže okolí genitálií ochranným krémem.

Postup při ranním mytí a péče o chrup

Ranní mytí obsahuje umytí obličeje, očí, česání a péči o chrup. Pokud je to možné a uživatel je alespoň částečně soběstačný, doprovodí ho pracovník do koupelny, kde mu pomůže připravit či připraví všechny potřebné hygienické pomůcky. Pokud je uživatel upoutaný na lůžko a hygienu může částečně provádět sám, připraví mu pracovník pomůcky k lůžku. Pracovník uživateli přinese nádobu s čistou vlažnou vodou, žínku na umytí obličeje, ručník, hřeben, zubní kartáček, pastu na zuby, sklenici s vodou na vypláchnutí úst a emitní misku. Pracovník poskytuje uživateli prostor, aby co nejvíce činností vykonal sám, a pomáhá s tím, co je potřeba (např. přiloží ručník kolem krku, přidržuje nádobu s vodou, učeše uživatele na místech, kam sám nedosáhne, přiloží sklenici s vodou na vypláchnutí úst a emitní misku na vyprázdnění obsahu z úst).

V případě, že uživatel není schopen ranní hygienu vykonat sám, provádí ji pracovník. Pracovník si připraví výše uvedené pomůcky a postupně provádí ranní hygienu, během které informuje uživatele o jednotlivých krocích.

Postup při čištění zubů

Pokud si uživatel není schopen vyčistit zuby sám, vykonává tento úkon v plné míře pracovník. Pracovník přiloží ručník pod bradu uživatele, vyčistí horní část chrupu krouživým pohybem od dásní dolů a poté dolní část chrupu od dásní nahoru. Při čištění postupuje od zadních stoliček směrem k předním řezákům. Vnitřní strana zubů čistí stejně jako horní a dolní část chrupu. Podle potřeby si uživatel vyplachuje ústa vodou, obsah úst poté vyprázdní do přiložené emitní misky.

Péče o umělý chrup

Umělý chrup je uživatel vyjme sám, nebo mu s tím pomůže pracovník, který jej poté čistí kartáčkem a pastou pod tekoucí vodou. Uživatel si vypláchne ústa a nasadí umělý chrup zpět do úst, v případě potřeby mu s tím pomůže pracovník.

Na noc je umělý chrup uživatelem či pracovníkem vkládán do sklenice s čistou vodou s obsahem 1 lžičce bělicího prášku na čištění umělého chrupu, nebo šumivé tabletky. Ráno uživatel či pracovník vyjme umělý chrup ze sklenice, opláchne pod tekoucí vodou a až poté si jej uživatel vloží do úst. V případě potřeby mu pracovník dopomůže.

Koupel ve sprchovém koutě či ve vaně

Umývání uživatele v koupelně lze zajistit, pokud je uživatel alespoň částečně mobilní. V případě úplné imobility uživatele, musí být koupelna prostorově i technicky řešena tak, aby bylo možné vykonat koupel za pomoci další osoby bezpečně.

Zvedák nebo koupelový vozík používá pracovník při koupeli imobilního uživatele pouze za pomoci druhého pracovníka, nebo rodinného příslušníka uživatele. Pokud koupelna není vybavena zvedákem, madly či jinými pomůckami, které by umožnily péči u uživatele za pomoci jednoho pracovníka, musí být při koupeli zajištěni pracovníci dva, popřípadě jiná blízká osoba, která se na péči podílí.

Pokud v domácnosti není zvedák ani koupelový vozík a péči není přítomen druhý pracovník či blízká osoba, provede pracovník koupel imobilního uživatele na lůžku.

Osobní hygienu u imobilního uživatele lze provádět ve dvou pracovnících, kdy jeden pracovník vykazuje úkon „dopomoc při hygieně“ a druhý „výměna ložního prádla“.

Před vykonáním úkonu se pracovník s uživatelem domluví na postupu koupání (např. kde se bude uživatel převlékat, kde jsou pomůcky potřebné ke koupeli). Pracovník se snaží uživatele maximálně zapojit do procesu hygieny.

Postup při koupeli ve sprchovém koutě či ve vaně:

- pracovník připraví na dosah potřebné pomůcky, včetně sáčku na odpad např. při používání inkontinenčních pomůcek,
- pracovník nastaví vhodnou teplotu a z důvodu nebezpečí opaření uživatele vyzkouší teplotu vody na svém předloktí,
- pracovník poskytne dopomoc a oporu mobilnímu uživateli při vstupu/výstupu do/z vany či sprchového koutu a využívá protiskluzovou podložku,
- pokud uživatel stojí, pracovník se přesvědčí, že se uživatel drží madel,
- uživatel ve vaně či sprchovém koutě sedí na plastovém sedátku (stoličce),
- pracovník osprchuje a umyje vlasy šamponem, při mytí vlasů chrání oči žínkou,
- poté umyté vlasy důkladně opláchne vodou a z důvodu možného prochladnutí je vysuší ručníkem,

- pracovník poté omyje uživateli obličej žínkou bez mýdla,
- pokud uživatel může, umývá se sám za slovní i fyzické asistence pracovníka,
- druhou namydlenou žínkou pracovník umyje celé tělo a to následovně: krk, uši, hrudník, horní končetiny, záda (umyje pracovník), dolní končetiny a nakonec genitálie a konečník (pokud je toho uživatel schopen, umývá si sám),
- pracovník pečlivě vysuší kůži ve všech záhybech těla,
- po domluvě s uživatelem promaže kůži celého těla a obličej,
- v případě potřeby pracovník přiloží inkontinentní pomůcku, vždy dbá na správné nasazení,
- pracovník pomůže s oblékáním/obleče uživatele do čistého prádla,
- pracovník ostříhá nehty na rukou a nohou; při ztluštělých nehtech, deformacích nehtů, zarostlých nehtech či při onemocnění cukrovkou pracovník ostříhá nehty pouze na rukou a uživateli doporučí, příp. domluví pedikúru, příp. ošetření lékařem,
- pracovník převlékne lůžko uživatele,
- pracovník uklidí pomůcky,
- pracovník po každé koupeli či sprše umyje vanu či sprchový kout, 1x týdně vanu či sprchu dezinfikuje vhodným dezinfekčním prostředkem.

Postup při koupeli na lůžku

V případě, že není možné uživatele umývat v koupelně, je prováděna koupel na lůžku. Před samotnou koupelí pracovník zajistí dveře a okna kvůli teplotě místnosti a co největšímu soukromí.

Pracovník se snaží uživatele maximálně zapojit do procesu hygieny.

Postup při koupeli na lůžku:

- pracovník připraví potřebné pomůcky ke koupeli poblíž lůžka,
 - 2 umyvadla s teplou vodou (první umyvadlo slouží na omytí obličej a horní části těla),
 - 2 žínky (první žínka slouží na omytí obličej a horní části těla),
 - mýdlo,
 - 2 ručníky,
 - nepromokavou podložku,
 - krém na tělo a obličej,
 - ochranný krém na genitálie,
 - inkontinenční pomůcky,
 - příp. podložní mísu,
 - obal (sáček) na použité inkontinenční pomůcky,
 - štětičky do uší,
 - nůžky na nehty,
 - příp. buničitá vata,
- pokud to stav uživatele dovoluje, pracovník odkryje/odnese polštář a peřiny,
- pracovník vypořádá omývané části těla ručníkem a igelitem, příp. nepromokavou podložkou pro ochranu lůžkovin před promočením,
- pracovník svlékne oblečení uživatele na horní části těla a položí uživatele na záda, části těla, které nejsou pracovníkem momentálně umývány, jsou z důvodu zachování intimity a předejití prochladnutí přikryté dekou,

- pracovník omyje obličej žínkou bez mýdla, utře ho ručníkem a promaže krémem na obličej, dále natře okorálé rty pomádou na rty,
- postupně umyje krk, uši, hrudník a horní končetiny stejnou namydlenou žínkou,
- poté pracovník opakovaně smývá mýdlovou vodu žínkou, pečlivě vysuší kůži a zakryje umyté a osušené části těla dekou,
- pracovník zkontroluje čistotu a teplotu vody, příp. vodu vymění,
- pokud uživatel může, přesune se na bok (nebo ho pracovník otočí), aby bylo možné mu umýt a osušit záda – pracovník umyje záda mýdlem, omyje čistou vodou, šetrně osuší a promaže a promasíruje záda krémem na tělo,
- pracovník položí uživatele opět na záda a svlékne mu oblečení na spodní části těla,
- poté pracovník omyje dolní končetiny druhou namydlenou žínkou, při umývání postupuje směrem od chodidel ke kyčlím, dále nohy omyje čistou vodou, pečlivě a šetrně je osuší a zakryje je dekou,
- přitom pracovník ošetří ztvrdlou kůži na patách a chodidlech (pemzou či jinou pomůckou k tomu určenou),
- nakonec pracovník umyje podbřišek, hýždě, okolí konečníku a genitál – v případě potřeby pracovník odstraní zbytky ochranného krému olejíčkem (pro umývání oblasti genitálu je vhodné používat vyhrazenou žínku a ručník, pracovník se na tomto domluví s uživatelem),
- u pokáleného uživatele pracovník provede hrubou očistu buničitou vatou, kterou poté odloží do připraveného obalu na inkontinenční pomůcky,
- u žen pracovník k umývání genitálu užívá podložní mísu (pokud ji uživatel vlastní), která je vložena pod uživatelku, jinak pracovník použije nepromokavou podložku či ručník a igelit,
- při umývání ženského genitálu si pracovník vymění nádobu s vodou a namydlenou žínkou umývá nejprve zevní rodidla od stydké spony ke konečníku, podle potřeby genitál oplachuje shora dolů čistou vodou z nádoby a na závěr genitál osuší ručníkem, který je k tomu určený,
- poté pracovník dokonale očistí hýždě a okolí konečníku pěnou na genitálie (nebo namydlenou žínkou a vodou), pečlivě a šetrně je osuší a namaže omytou a osušenou pokožku ochranným krémem,
- pracovník v případě potřeby přiloží inkontinenční pomůcku, vždy dbá na správné nasazení,
- po dohodě s uživatelem pracovník promaže pokožku celého těla tělovým krémem,
- pracovník obleče uživatele do suchého a čistého prádla,
- pracovník ostříhá nehty na rukou a nohou; při ztluštělých nehtech, deformacích nehtů, zarostlých nehtech či při onemocnění cukrovkou pracovník ostříhá nehty pouze na rukou a uživateli doporučí, příp. domluví pedikúru, příp. ošetření lékařem,
- pracovník převlékne lůžko uživatele,
- poté uklidí pomůcky.

Pomoc při základní péči o vlasy

Česání vlasů patří nejen k hygieně po koupeli, ale také k provádění ranní hygieny. Pokud je to možné, uživatel u česání sedí. Pracovník mu přehodí přes ramena ručník a vlasy češe nejprve řídkým hřebenem od konečků vlasů. Po prvním rozčesání je poté možné použít hřeben hustší. Ručník s vyčesanými vlasy pak pracovní vyprázdní do koše.

Vlasy je vhodné česat 1x denně.

Umývání vlasů u uživatelů, kteří mají problém s pohyblivostí, ale jsou dostatečně soběstační, probíhá za pracovníkova doprovodu do koupelny a nachystání všech potřebných pomůcek na dosah. Uživatelé si hlavu umyjí a vysuší sami a pracovník je doprovodí zpátky do místnosti a uklidí koupelnu a pomůcky.

Pracovník může odmítnout použít fén, pokud je poškozený a byl by tak ohrožen jeho život, nebo zdraví.

Úkon zahrnuje:

- umytí, vysušení a učesání vlasů (úkon lze provést i bez celkové koupele uživatele),
- základní zastříhnutí vlasů, (např. zastříhnutí ofiny či konečků vlasů), nejedná se o vytvoření střihu (úkon nezahrnuje kadeřnické služby, ty lze pro uživatele po domluvě s uživatelem zajistit).

Postup při mytí vlasů na lůžku

Pokud to zdravotní stav uživatele dovolí, uživatel se na lůžku posadí. Pracovník si připraví všechny potřebné pomůcky na dosah. Jedná se o gumové nafukovací umyvadlo na mytí vlasů na lůžku, šampon, kondicionér, ručník a fén.

Pracovník dále odstraní peřiny a ponechá jen polštář za zády uživatele, aby se o něj mohl uživatel opřít. Uživateli na ramena rozprostře ručník, na volnou část plochy postele, kde hrozí její namočení, rozprostře nepromokavou podložku.

Pracovník vloží nafouknuté umyvadlo pod hlavu uživatele, napustí ho teplou vodou a namočí (např. pomocí hrnečku) vlasy uživatele, které poté běžným způsobem umyje. Poté do stejného umyvadla důkladně opláchne umyté vlasy. Pracovník odstraní nafukovací umyvadlo, vysuší vlasy ručníkem a fénem a uklidí všechny použité pomůcky.

Pomoc při základní péči o nehty

Základní péče o nehty zahrnuje ostříhání a zapilování nehtů nástroji uživatele. Nástroje musí zaručovat kvalitní a bezpečné provedení úkonu. Pracovník odmítne vykonání úkonu, pokud je potřeba odborného zásahu (např. zastříhávání bolestivých či zarudlých míst, odstraňování kůžičky, při ztlustělých nehtech, deformacích nehtů, zarostlých nehtech či při onemocnění cukrovkou pracovník ostříhá nehty pouze na rukou a uživateli doporučí, příp. domluví pedikúru, příp. ošetření lékařem). Nehty na rukou pracovník stříhá do obloučku, na nohou je zastříhuje rovně. Ostříhané konce nehtů upraví pilníkem. Při stříhání nehtů podkládá pracovník ruce i nohy uživatele ručníkem, zbytky nehtů poté vysype do odpadkového koše.

Pomoc při holení

Pracovník předem domluví s uživatelem postup holení a pomůcky, které uživatel zajišťuje z vlastních zdrojů (např. elektrický strojek, žiletky). Pracovník si připraví potřebné pomůcky, jedná se o holicí pěnu/gel/mýdlo, nádobu s teplou vodou, holicí strojek, ručník a informuje uživatele o chystaném úkonu a o nutnosti zachování nehybnosti. U uživatelů trpících třesem je vhodné, aby úkonu asistovala další osoba, která uživatele drží a zamezí tak nevyžádanému pohybu. Při výrazném třesu či neklidu uživatele, pracovník uživateli doporučí, příp. domluví návštěvu holiče.

Pracovník pod bradu uživatele vloží ručník a postupuje takovým způsobem, aby uživatele nezranil. Pracovník navlhčí uživateli obličej, nanese na něj pěnu pomocí štětce nebo rukou a nechá jí několik minut působit. Pracovník prsty napíná holenou kůži a žiletku k obličejí drží vždy kolmo. Vousy jsou holeny v protisměru růstu, ale u uživatelů s citlivější pletí je vhodné holiť vousy ve směru růstu z důvodu prevence podráždění pleti. Podle potřeby pracovník holiťko oplachuje od pěny. Na závěr pracovník omyje obličej vlažnou vodou, šetrně osuší a ošetří kosmetikou (voda nebo balzám po holení) pro zklidnění pleti. Součástí úkonu je úklid pomůcek.

Pokud je uživatel holen elektrickým strojkem, není obličej namáčen, vlhčen ani pokrýván pěnou. Pracovník pouze umyje a osuší obličej, aby byl zbaven nečistot. Strojkem holí suchý obličej, holenou kůži napíná a postupuje krouživými pohyby. Na závěr použije kosmetiku po holení a uklidí pomůcky. V případě elektrického strojku jej pracovník po dohodě s uživatelem může jednou za čas rozebrat a vyčistit i uvnitř.

2. Pomoc při použití WC

Popis úkonu: pracovník uživateli pomáhá s přípravou pomůcek k vykonání potřeby, zajištěním potřebné hygieny po jejím výkonu, přemístěním uživatele na WC, údržbou pomůcek (např. katetr). Důraz přitom klade na vlastní schopnosti a možnosti uživatele a snaží se jej maximálně zapojit do procesu. Pracovník se s uživatelem vždy dopředu domluví, v jaké míře je potřeba při úkonu pomáhat, jaké jsou schopnosti uživatele a jak budou postupovat. Pracovník postupuje takovým způsobem, aby uživateli v co nejvyšší míře poskytl soukromí k výkonu potřeby (např. odchodem z místnosti).

Pracovník při tomto úkonu používá jednorázové gumové rukavice.

Úkon je většinou poskytován v domácím prostředí uživatele.

Úkon zahrnuje:

- pomoc uživateli s přesunem na WC,
- pomoc při stažení kalhot a prádla, odstranění inkontinenční pomůcky a její vhození do obalu na inkontinenční pomůcku,
- přidržení uživatele při usedání na WC,
- pomoc uživateli při vstávání z WC,
- po vykonané potřebě očista toaletním papírem/vlhčenými ubrousky, případně omytí,
- ošetření pokožky krémem nebo ochranou mastí,
- vložení pleny/vložky nebo nasazení plenkových kalhotek,
- oblečení spodního prádla a kalhot,
- pomoc při umytí rukou uživatele,
- při použití toaletního křesla/podložní mísy/nádoby na moč či jiné pomůcky její vynesení, umytí a dezinfekce nádoby.

Manipulace s inkontinenčními pomůckami

Pracovník při tomto úkonu používá jednorázové gumové rukavice.

Při použití nádoby k močení (tzv. bažanta) jej pracovník uživateli přinese a nechá ho vykonat potřebu. Pokud toho uživatel není sám schopen, pomáhá pracovník přidržet nádobu. Po vykonání potřeby pracovník nádobu vyprázdní, vypláchne a vymyje vhodným dezinfekčním přípravkem (např. Savem).

Při použití toaletního křesla pracovník uživateli pomáhá se svléknutím oděvu a přesunem na křeslo (podpíráním, zvedáním apod.). Po vykonání potřeby pracovník omyje/otře uživatele, pomůže mu s obléknutím a vynese obsah nádoby. Nádobu umyje a dezinfikuje vhodným dezinfekčním přípravkem (např. Savem).

Podložní mísa je pomůcka pro vykonávání potřeby u uživatelů upoutaných na lůžku. U žen se používá jak při močení, tak při odchodu stolice, u mužů při odchodu stolice. Pracovník s uživatelem dopředu domluví postup a vyzve uživatele či mu pomůže pokrčením nohou v kolenou, nadzvednutím pánve apod. Jakmile uživatel zvedne pánev, vsune pracovník mísu pod uživatele. Pokud toho není uživatel schopen ani s dopomocí, pracovník uživatele šetrně otočí na bok, vloží mísu do úrovně hýždí a otočí uživatele zpět na záda. Po vykonání potřeby uživatel nebo pracovník otře nebo omyje intimních partie. Nakonec pracovník mísu vyprázdní, umyje a dezinfikuje vhodným dezinfekčním přípravkem (např. Savem).

Při výměně absorpční pleny či vložky uživatel leží, popřípadě stojí. Pracovník pod něj vloží absorpční či jinou podložku zabraňující znečištění povrchu postele. Pokud je to nutné, nachystá si dopředu žínku a nádobu s čistou vodou, kterou omyje intimní partie uživatele. Poté dané místo šetrně vysuší a případně namaže. Pracovník vloží použité inkontinenční pomůcky do obalu a vyhodí je do odpadkového koše. Na závěr uživateli pomáhá s obléknutím.

Úkon je poskytován v domácím, veřejném či jiném prostředí. Pomůcky obstarává uživatel.

Úkon zahrnuje:

- přípravu pomůcek k omytí/otření uživatele (umyvadlo s vodou, mýdlo, žínka, ručník/pěna/vlhčené ubrousky/toaletní papír/buničitá vata), ochranný krém,
- výměnu inkontinenčních pomůcek, kterou lze provést ve stoje či vleže uživatele,
- po odstranění inkontinenční pomůcky omytí/otření znečištěných částí těla uživatele a namazání krémem,
- vložení nové pleny či vložky a pomoc uživateli s oblečením,
- vložení použité inkontinenční pomůcky do obalu na inkontinenční pomůcky a vyhození do odpadkového koše.

c) POMOC PŘI ZAJIŠTĚNÍ STRAVY

1. Pomoc při přípravě jídla a pití

Popis úkonu: pracovník uživateli pomáhá při přípravě jídla a pití ze surovin a za pomoci pomůcek, které obstarává uživatel. Pracovník uživateli pomáhá při těch úkonech, které uživatel částečně či plně nezvládá (např. ohřívání jídla, míchání těsta, vložení jídla do trouby, krájení) a klade přitom důraz na schopnosti a možnosti uživatele a snaží se jej maximálně zapojit do procesu.

Součástí přípravy jídla je také stolování, tedy chystání příborů, talířů a úklid nádobí ze stolu po jídle.

Použité nádobí pracovník umyje v případě, že je s uživatelem sjednán úkon „pomoc s úklidem a údržbou domácnosti a osobních věcí“.

Úkon je poskytován v domácím, školním, veřejném či jiném prostředí. Suroviny a pomůcky zajišťuje uživatel.

Úkon zahrnuje:

- asistenci uživateli, který si sám dle svých schopností a možností připravuje jídlo a pití,
- přípravu nebo podání pomůcky k přípravě jídla a pití (talíře, misky, tácky, sklenice),
- nachystání či podání suroviny na přípravu stravy, nápoje,
- pomoc při činnostech, které uživatel sám nezvládá (např. krájení, ohřívání jídla, míchání těsta, vkládání a vyndávání jídla do/z trouby apod.),
- kontrolu spotřebičů po ukončení úkonu,
- přípravu stolování,
- servírování jídla na talíř,
- úklid nádobí po jídle ze stolu.

d) POMOC PŘI ZAJIŠTĚNÍ CHODU DOMÁCNOSTI

1. Pomoc s úklidem a údržbou domácnosti a osobních věcí

Popis úkonu: úkon zahrnuje podporu v oblasti údržby domácnosti. Pracovník provádí za uživatele úkony, které on sám dělat nemůže, nebo poskytuje uživateli fyzickou podporu při výkonu těchto činností, takže práci vykonávají společně. Pracovník není limitovaný časem, v činnostech postupuje podle přání uživatele.

Úkon je poskytován nejčastěji v domácím prostředí. Pomůcky k zajištění tohoto úkonu zajišťuje uživatel.

Úkon zahrnuje:

- drobný úklid,
- velký úklid,
- mytí oken,
- údržbu osobního a ložního prádla,
- údržbu domácích spotřebičů,
- údržbu speciálních pomůcek (invalidní vozík, katetr, sonda),
- topení.

Drobný úklid

Drobný úklid zahrnuje mytí a úklid nádobí, luxování a umývání podlah, péči o květiny (zalévání, přesazování), úklid osobních věcí (úklid oblečení, přemísťování věcí), úklid koupelny a kuchyně (umývání špinavých ploch, odmašťování trouby, sporáku, mytí WC, umyvadel, sprchového koutu, vany, leštění zrcadel, vynášení odpadků), údržbu nábytku (utírání prachu, aplikace leštěnek, luxování a čištění čalouněného nábytku).

Pracovník vykonává pouze ty činnosti, které si uživatel přeje a na postupu úklidu se s uživatelem domlouvá až na místě (není jej tedy nutno domlouvat dopředu).

Pomůcky a prostředky potřebné k úklidu zajišťuje uživatel.

Velký úklid

Velký úklid zahrnuje mytí nábytku, dekoračních předmětů, ometení stěn, ale také úklid auta (vyluxování a umytí koberečků, palubní desky, karosérie), nejedná se ovšem o úklid po stavebních pracích, malování bytu apod. Pokud je rozsah úklidu vhodný spíše pro úklidovou službu, pracovník ji po dohodě s uživatelem může zajistit.

Při úklidu se pracovník snaží uživatele aktivně zapojit alespoň do těch činností, které může sám vykonávat. Nachystá mu tedy potřebné čisticí prostředky a předměty k očištění na dosah a úklid tak vykonávají společně. Pokud to není možné, vykonává úklid pracovník sám.

Na velkém úklidu je nutné se s pracovníkem domluvit dopředu, protože se předpokládá, že pracovník u uživatele stráví více času. Pomůcky a prostředky potřebné k úklidu, ale také ochranný oděv (montérky apod.) zajišťuje uživatel.

Mytí oken

Mytí oken zahrnuje svěšení záclon a závěsů, umytí a vyleštění oken, parapetů, okenních rámu a opětovné pověšení záclon a závěsů.

Pracovník myje okna pouze ze stoji na podlaze, a to z důvodu nebezpečí pádu z výšky v případě, že by pracovník při mytí oken nestál na podlaze. V případě potřeby umytí velkých či

střešních oken pracovník po dohodě s uživatelem zajistí úklidovou službu, nebo např. sousedskou výpomoc.

Pomůcky a prostředky k mytí oken zajišťuje uživatel.

Údržba osobního a ložního prádla

Údržba osobního a ložního prádla zahrnuje vytrídění prádla do pračky, praní, pověšení prádla k usušení, žehlení prádla a úklid do skříně. Pracovník postupuje podle pokynů uživatele, např. při volbě režimů a stupňů praní a žehlení. Pokud pracovník usoudí, že některé části oblečení nejsou vhodné pro daný prací režim (např. z důvodu rizika zničení prádla), upozorní uživatele na tuto skutečnost, ale i nadále postupuje podle jeho pokynů. Pracovník o této skutečnosti učiní zápis do individuálního plánu uživatele. Součástí údržby prádla je i zašití drobných děr, pokud pracovník tuto činnost ovládá.

Pomůcky či domácí spotřebiče zajišťuje uživatel.

Údržba domácích spotřebičů

Úkon zahrnuje údržbu běžných domácích spotřebičů (vysavač, pračka, sporák, trouba, mikrovlnná trouba, rychlovarná konvice, lednice atd.) a také výměnu žárovek. Pracovník provádí úklid ledničky a mrazáku (vytrídění potravin, odmražení, vymytí), vyvaňuje rychlovarnou konvici od vodního kamene (za použití speciálních přípravků, octu apod.), odmašťuje troubu, sporák. Nezasahuje však do odborné údržby spotřebičů. Pokud pracovník zjistí závadu, která by mohla ohrozit zdraví a život uživatele, neprodleně mu ji nahlásí a provede zápis do individuálního plánu uživatele. Odstranění závady je ponecháno na zodpovědnosti uživatele.

Pracovník však může odmítnout použít domácí spotřebič, pokud je poškozený a byl by tak ohrožen jeho život, nebo zdraví.

Prostředky pro údržbu domácích spotřebičů zajišťuje uživatel.

Údržba speciálních pomůcek

Úkon zahrnuje údržbu speciálních pomůcek – např. invalidní vozík, katetr, či speciální matrace. Pracovník na žádost uživatele provede zběžnou kontrolu funkčnosti pomůcky. V případě invalidního vozíku se může jednat například o kontrolu nahuštění kol; v případě potřeby pracovník kola dofoukne nebo zprostředkuje jejich opravu. Matraci může pracovník povrchově omýt vhodným čisticím prostředkem, ale na její hloubkové čištění pomoc pouze zprostředkovává.

Topení

Topení v nejjednodušší formě zahrnuje regulaci teploty přímo na radiátorech a nastavování časů topení na přístrojích spojených s plynovým topením. S postupem nastavování topných režimů musí být pracovník seznámen uživatelem, případně jinou blízkou osobou uživatele. Topení u kotlů pracujících na tuhá paliva (dřevo, uhlí, brikety) zajišťuje pracovník opět pouze po seznámení s postupem práce s kotlem.

Úkon zahrnuje vynesení a úklid popela, zatopení, donášku topiva z místa jeho uložení. Úkon nezahrnuje sekání dřeva (nebezpečí úrazu), skládání uhlí, ani údržbu a kontrolu plynových kotlů. Na údržbu a kontrolu plynových kotlů může pracovník po dohodě s uživatelem zprostředkovat odborného pracovníka.

2. Nákupy a běžné pochůzky

Popis úkonu: úkon zahrnuje malý i velký nákup a to jak za přítomnosti uživatele, kdy jej pracovník v obchodě doprovází, tak bez uživatele, kdy je pracovníkem plně zastupován. Běžné pochůzky znamenají vyřizování osobních záležitostí uživatele pracovníkem bez přítomnosti uživatele (např. pošta, lékař, právník, úřady, jiné instituce a služby).

Pracovník při všech výše zmíněných činnostech nejprve zjišťuje možnost doprovázení uživatele (jeho zájem, dostupnost míst – např. bezbariérovost). Při doprovázení v obchodě pracovník uživateli pomáhá čtením etiket a cen výrobků, skládáním zboží do nákupního vozíku, placením u pokladny. Pokud není možný doprovod, zajišťuje obchůzky pracovník sám.

Úkon za nákup se účtuje od doby odchodu pracovníka z domu/bytu uživatele do doby příchodu zpět k uživateli. Nastane-li v průběhu vykonávání úkonu problém na cestě (např. kolona, havárie) tento čas se od doby nákupu odečítá.

Pokud obchůzky vyžadují přemístění pracovníka na vzdálenější místa, uživatel hradí nejen dobu nákupu, ale také náklady na dopravu – jízdenku. Pokud musí pracovník využít vozidlo poskytovatele, hradí uživatel také doplňkovou činnost „doprava vozidlem poskytovatele s doprovodem pracovníka“.

Úkon je poskytován ve veřejném prostředí.

Malý nákup

Malý nákup znamená běžný nákup do 8 kg (nákup potravin, drogistického zboží, léků, zdravotnických potřeb).

Pracovník nákup provádí v obchodě nejbližším uživateli, nebo podle zvyklostí a přání uživatele. Pokud v obchodě není položka, kterou uživatel požadoval, vybere pracovník jinou, jí podobnou, pokud se na tom s uživatelem dopředu dohodli. V opačném případě ji pracovník nekupuje. Po provedení nákupu vrací pracovník uživateli zbytek peněz a účtenky od nákupů. Pracovník provádí nákup v jednom nebo více obchodech (potravin, drogerie, domácí potřeby...) podle požadavků uživatele.

Úkon zahrnuje:

- sepsání požadavků uživatele na nákup,
- přichystání potřebného finančního obnosu,
- provedení zápisu do sešitu k tomu určenému: zde je uvedeno datum, suma finančního obnosu předaná pracovníkovi uživatelem a podpis uživatele,
- samotný nákup,
- předání nákupu uživateli současně s vyúčtováním a vrácením peněz,
- provedení zápisu do sešitu k tomu určenému: zde je uvedena cena nákupu, suma vráceného finančního obnosu uživateli a podpis uživatele.

Uživatel je povinen svůj požadavek oznámit pracovníkovi minimálně den předem.

Výjimka pro uživatele, pro něž je z důvodu nepříznivého zdravotního stavu časté podepisování se velmi namáhavé a náročné: u těchto uživatelů pracovník o této situaci provede zápis do IP konkrétního uživatele, tento zápis uživatel podepíše. Nadále tak už uživatel nebude muset podepisovat zápis do sešitu určenému k předávání peněz, tj. předání peněz pracovníkovi před nákupem a převzetí peněz od pracovníka po nákupu.

Výjimka pro uživatele, kteří mají ustanoveného opatrovníka, nebo zvláštního příjemce důchodu: u těchto uživatelů pracovník na začátku měsíce přebere od opatrovníka určitý obnos a provede

zápis do sešitu k tomu určenému (datum, suma finančního obnosu předaná pracovníkovi opatrovníkem a podpis opatrovníka), na konci měsíce pracovník předloží opatrovníkovi všechny účty, vrátí zbytek peněz a opět provede zápis do sešitu (ceny nákupů, suma vráceného finančního obnosu opatrovníkovi a podpis opatrovníka).

Velký nákup

Velký nákup obsahuje zboží o hmotnosti větší než 8 kg (např. balení vody, mouky, cukru apod.), nebo velké množství či nadměrné rozměry položek nákupu, k jejichž dopravě je nutné použít vozidlo. Obsahem nákupu již nejsou jen běžné potraviny, ale také větší potřeby do domácnosti (např. ložní prádlo, oblečení). Nákupy elektrospotřebičů a domácích potřeb nad hodnotu 500 Kč nejsou v kompetenci pracovníků. Tento nákup může pracovník provést pouze za přítomnosti uživatele, nebo nákup zprostředkuje. Při nákupu takového zboží pracovník kupuje přesnou značku a typ spotřebiče nebo domácí potřeby, kterou uživatel vybere.

Úkon zahrnuje:

- sepsání požadavku uživatele na nákup,
- provedení zápisu do sešitu k tomu určenému: zde je uvedeno datum, suma finančního obnosu předaná pracovníkovi uživatelem a podpis uživatele,
- samotný nákup,
- předání nákupu uživateli současně s vyúčtováním a vrácením peněz,
- provedení zápis do sešitu k tomu určenému: zde je uvedena cena nákupu, suma vráceného finančního obnosu uživateli a podpis uživatele.

Uživatel je povinen svůj požadavek oznámit pracovníkovi minimálně den předem.

Výjimka pro uživatele, pro něž je z důvodu nepříznivého zdravotního stavu časté podepisování se velmi namáhavé a náročné: u těchto uživatelů pracovník o této situaci provede zápis do IP konkrétního uživatele, tento zápis uživatel podepíše. Nadále tak už uživatel nebude muset podepisovat zápis do sešitu určenému k předávání peněz, tj. předání peněz pracovníkovi před nákupem a převzetí peněz od pracovníka po nákupu.

Výjimka pro uživatele, kteří mají ustanoveného opatrovníka, nebo zvláštního příjemce důchodu: u těchto uživatelů pracovník na začátku měsíce přebere od opatrovníka určitý obnos a provede zápis do sešitu k tomu určenému (datum, suma finančního obnosu předaná pracovníkovi opatrovníkem a podpis opatrovníka), na konci měsíce pracovník předloží opatrovníkovi všechny účty, vrátí zbytek peněz a opět provede zápis do sešitu (ceny nákupů, suma vráceného finančního obnosu opatrovníkovi a podpis opatrovníka).

Běžné pochůzky

Úkon je prováděn bez přítomnosti uživatele. Pracovník se s uživatelem domluví co a kde je potřeba vyřizovat. Pokud je to možné, uživatel sám zavolá do veřejných institucí a návštěvu pracovníka ohlásí a domluví podrobnosti. Pracovník může na požádání uživatele vyzvedávat lékařské předpisy, léky, jednat s úřady, vyřizovat záležitosti na poště apod. Jedná se tedy o činnosti, ke kterým pracovník nemusí mít plnou moc od uživatele a které by mohl vyřídit za uživatele kdokoliv. V případě, že by uživatel vyžadoval vyřizování záležitostí, ke kterým potřebuje plnou moc, není možné tuto záležitost vyřídit prostřednictvím pracovníka osobní asistence.

e) VÝCHOVNÉ, VZDĚLÁVACÍ A AKTIVIZAČNÍ ČINNOSTI

1. Pomoc a podpora rodině v péči o dítě

Popis úkonu: Úkon zahrnuje provádění hygieny u dětí (koupání, umývání, přebalování, péče o pokožku, čištění zubů, česání, péče o vlasy, péče o nehty apod.), převlékání, podávání stravy, zajištění volnočasových aktivit, dohled nad dítětem, pomoc se studiem.

Pracovník poskytuje rodičům podporu při těch činnostech, ve kterých nemají jistotu. Rodiče dítěte a pracovník vykonávají činnosti za vzájemné spolupráce.

Pracovník činnost vykonává podle postupu stanoveného rodiči dítěte. Sám pracovník dítě nevychová a na péči s rodinou vzájemně spolupracuje.

Úkon je prováděn v domácím, školním, veřejném či jiném prostředí. Pomůcky pro zajištění úkonu zajišťuje rodina.

2. Pomoc při obnovení či upevnění kontaktu s rodinou a pomoc a podpora při dalších aktivitách podporujících sociální začlenění osob

Popis úkonu: Úkon obsahuje psychickou podporu při obnovování kontaktu s rodinou a činnosti vedoucí k odstranění společenské izolace uživatele. A to formou vytváření příležitostí pro začlenění uživatele a také nácvik chování, které začlenění uživatele podporuje.

Pracovník může uživateli předkládat nabídku kulturních a volnočasových aktivit, které vyhledá. Pokud má uživatel zájem, zjistí pracovník podrobné informace a zprostředkuje kontakt. Jestliže uživateli brání jeho problémy sociálnímu začlenění (např. uzavřenost, nejistota z nového prostředí), pracovník mu nabídne psychickou podporu ve formě doprovodu. Rovněž může zprostředkovat odbornou poradenskou pomoc z oblasti mezilidských vztahů nebo rozvoje osobnosti apod. (např. rodinné poradny, poradny pro mezilidské vztahy), které by uživateli napomohly v překonání jeho specifických omezení, ale také by mohly pomoci upevnit jeho rodinné vazby, má-li uživatel tuto potřebu.

Součástí úkonu je také poskytování psychické podpory v domácím prostředí, která zabraňuje sociální izolaci uživatele. Pracovník v těchto případech vystupuje jako zástupce společnosti, se kterým uživatel navazuje kontakt.

Úkon je poskytován v domácím, školním, veřejném či jiném prostředí.

3. Pomoc s nácvikem a upevňováním motorických, psychických a sociálních schopností a dovedností

Popis úkonu: Úkon obsahuje různé typy činností zaměřené na rozvoj hrubé a jemné motoriky a motoriky mluvidel. V oblasti psychických schopností a dovedností je úkon zaměřen na trénink paměti, představitosti, tvořivosti, návyků, ale také na získávání vědomostí. V oblasti sociálních dovedností se pracovník zaměřuje na zvládnutí příslušné sociální role (matka, otec, žák, zaměstnanec, kamarád...), komunikaci, schopnost sebezprosažení, jednání s lidmi, ale také schopnost empatie a naslouchání druhým lidem, atd.

Úkon je poskytován v domácím, školním, veřejném či jiném prostředí. Případné pomůcky pro výkon úkonu zajišťuje uživatel.

Rozvoj hrubé motoriky

Hrubá motorika zahrnuje pohyblivost celého těla, zdokonalování hrubé motoriky pracovník provádí při chůzi, běhu, poskocích, při hrách s míčem.

Pracovník podle věku a pohybových možností uživatele pomáhá rozvíjet hrubou motoriku těmito činnostmi: pohyby hlavou (kroužení, kývání, úklony); změny poloh nebo pohybů těla

na místě; mávání pažemi; střídavé upažení a vzpažení paží; kroužení oběma pažemi současně vpřed i vzad; potom střídavě jednou paží vpřed a druhou vzad; kroužení předloktím (navíjení klubka); chůze v rytmu vyťukávaném např. na bubínek; poskoky na jedné noze, na obou nohách; přeskoky přes pruh papíru vpřed a vzad; stoj na jedné noze při otevřených očích, totéž při zavřených očích; házení a chytání míče; kopnutí do míče jednou a poté druhou nohou; podléhání pod lanem či gumou; jízda na kole; nácvik chůze s pomocí speciálních pomůcek; cviky na posilovacích strojích apod. Pracovník může uživateli v případě jeho zájmu zprostředkovat odbornou pomoc rehabilitačního pracovníka a poté vykonávat cviky, které rehabilitační pracovník uživateli doporučí.

Rozvoj jemné motoriky

Podle věku a zdravotního omezení uživatele pracovník s uživatelem provádí tyto činnosti: postupné dotýkání konečkem palce konečků ostatních prstů; postupné vztyčování prstů ze zavřené pěsti; střídavé ťukání ukazováčkem a prostředníčkem do stolu; vzájemné dotýkání prstů obou rukou (i bez zrakové kontroly); oddalování a přibližování prstů (tzv. nůžky); mávání prstů; kroužení zápěstími; „hra na klavír“; hnízdo z dlaní; válení míčků dlaněmi a prsty po stole; ukazováček a prostředníček pravé ruky „běhají“ po stole, to samé levou rukou, potom oběma současně; namotávání klubíčka vlny; navlékání korálků; modelování z plastelíny; hraní na hudební nástroje; stavění kostek; hraní společenských her; ruční práce (vyšívání, drhání, pletení...); malování; vymalovávání; vaření.

Rozvoj motoriky mluvidel

Pracovník může zprostředkovat podporu pracovníka z oblasti logopedie a podle navrhnutého plánu cvičení potom s uživatelem postupuje. Pracovník dbá na správnou artikulaci i během běžného rozhovoru s uživatelem.

Rozvoj psychických funkcí

Pracovník s uživatelem hraje společenské hry (karetní hry, deskové hry, pexeso, vědomostní hry...), které obvykle bývají zaměřeny na různé oblasti psychiky. Spolu s uživatelem dle jeho preferencí luští křížovky, sudoku, doporučuje mu filmy. Pracovník může uživatele podporovat také předčítáním (např. v případě uživatele postižení zraku), rozhovorem, kdy se vzájemně obohacují svými zkušenostmi. Pracovník může uživateli nabídnout různé činnosti, nebo dle dohody nahrazovat některé jeho schopnosti (např. psát za uživatele, číst apod.).

Rozvoj sociálních dovedností

Pracovník se při práci s uživatelem zaměřuje na sociální dovednosti, které uživatel potřebuje posílit (např. asertivita, komunikace, řešení problémů, zvládnutí přechodu do nového prostředí, vytváření zdravé sítě sociálních vztahů, dovednost rozhodování se, schopnost předvídat následky určitého jednání, schopnost čelit následkům svého jednání apod.).

Pracovník může uživateli zprostředkovat odbornou pomoc při poruchách komunikace a trénovat s ním jeho sociální roli. Pracovník rozvíjí sociální dovednosti uživatele formou příkladu (např. příklad chování ve společnosti), vysvětlováním (např. vysvětlováním pravidel etikety apod.), hraných příkladů apod.

Úkon je poskytován v domácím, školním, veřejném či jiném prostředí.

f) ZPROSTŘEDKOVÁNÍ KONTAKTU SE SPOLEČENSKÝM PROSTŘEDÍM

1. doprovázení do školy, školského zařízení, zaměstnání, k lékaři, na zájmové a volnočasové aktivity, na orgány veřejné moci a instituce poskytující veřejné služby a doprovázení zpět

Popis úkonu: Úkon zahrnuje doprovod do školy, školského zařízení, zaměstnání, k lékaři, na zájmové a volnočasové aktivity, orgány veřejné moci a instituce poskytující veřejné služby, na nákup, procházku, kulturní akce apod.

Doprovod může být sjednán na základě předchozí dohody s pracovníkem s ohledem na časové a provozní možnosti pracovníků poskytovatele. Uživatel je povinen svůj požadavek oznámit pracovníkovi minimálně týden předem.

Pracovník uživatele doprovází na výše zmíněná místa a bývá fyzickou i psychickou oporou. Pokud je uživatel upoután na vozík, pracovník s vozíkem sám manipuluje, nebo instruuje uživatele k jeho správnému užívání. Při přesunech je nutné dbát na bezpečnost uživatele i pracovníka. Ten by měl především zvážit své silové schopnosti, odhad vzdálenosti a vhodnost terénu bez výmolů a drnů, kde hrozí pád uživatele z vozíku. Pracovník uživatele doprovází na místo, kde s ním zůstává celou dobu, případně se pro něj vrátí v jiný dohodnutý čas a doprovází jej zase zpět domů. Vše záleží na domluvě s uživatelem a možnostech pracovníka. Součástí úkonu je také doprovázení nevidomých uživatelů, při kterém se pracovník řídí danými pravidly. Popisuje uživateli prostředí a terén, upozorňuje jej na změny, nastaví mu svou paži a navede jeho ruku na své předloktí, kterého se uživatel přidržuje. Pracovník uživatele nevede za ruku. Při vycházení nebo scházení schodů se s uživatelem před schody zastaví a až po našlápnutí na první schod uživatele pomalu vede. Před scházením posledních schodů pracovník upozorňuje, kolik jich ještě zbývá. Při vycházení i scházení schodů jde první pracovník a v těsném zástupu za ním pak uživatel.

Při doprovodu pracovník nejedná za uživatele, pokud to není nezbytně nutné. Uživatel jedná sám za sebe, vyřizuje potřebné záležitosti a sám komunikuje s dalšími osobami. Při doprovodu v zaměstnání pracovník nevykonává pracovní činnost za uživatele, ale pouze pomáhá s činnostmi, které jsou potřeba (např. přinese potřebné pomůcky pro výkon zaměstnání).

Úkon je poskytován v domácím, školním, veřejném či jiném prostředí. Pomůcky pro výkon úkonu obstarává uživatel.

Úkon zahrnuje:

- doprovod uživatele k lékaři, na úřad - pracovník čeká na uživatele po celou dobu, než bude uživatel vyšetřen či než si vyřídí potřebné záležitosti a následně ho doprovází zpět, v případě potřeby a na základě dohody mezi pracovníkem a uživatelem lze tento úkon dohodnout i jinak,
- doprovod uživatele až do ordinace lékaře, či do kanceláře na úřadě, pokud je to v zájmu uživatele a pokud si to uživatel přeje; pracovník v tomto případě pomáhá uživateli s vyřizováním potřebných záležitostí, sleduje poskytované informace, rady a pokyny sdělované lékařem či úředníkem a následně je uživateli nápomocen,
- doprovod dítěte do školy či školského zařízení a zpět,
- doprovod kombinovaný s jízdou vozidlem poskytovatele, ale čas jízdy se do úkonu nezapočítává, protože pracovník se věnuje řízení vozidla, ne uživateli,
- doprovod uživatele na nákup,
- doprovod uživatele na procházce,

- doprovod uživatele na kulturní akce (kino, divadlo, výstava, koncert, apod.).

g) POMOC PŘI UPLATŇOVÁNÍ PRÁV, OPRÁVNĚNÝCH ZÁJMŮ A PŘI OBSTARÁVÁNÍ OSOBNÍCH ZÁLEŽITOSTÍ

1. pomoc při komunikaci vedoucí k uplatňování práv a oprávněných zájmů

Popis úkonu: úkon zahrnuje základní poradenství v sociální oblasti, pomoc při zprostředkování sociálních a jiných služeb a pomoc při vyřizování sociálních dávek.

Pokud pracovník v sociálních službách nebo sociální pracovník zjistí, že uživatel nevyužívá podpory, která mu náleží (sociální služby, dávky), poskytne mu v této oblasti poradenství a navrhne způsoby řešení situace, vysvětlí nároky a pomůže mu s vyplňováním žádostí. Pokud se jedná o uplatňování oprávněných zájmů vyžadující odbornou právní pomoc, zprostředkuje pracovník službu právního poradce. Pomoc v komunikaci je založena také na předání informací uživateli srozumitelným způsobem, tzn. přetlumočení informací (u neslyšících uživatelů psanou formou, u nevidomých uživatelů přečtením, ale také vysvětlováním složitých informací pro uživatele srozumitelným způsobem).

Úkon je poskytován v domácím, veřejném či jiném prostředí.

2. pomoc při vyřizování běžných záležitostí

Popis úkonu: Úkon zahrnuje pomoc při komunikaci, zprostředkování služeb, vyřizování záležitostí za přítomnosti uživatele, pomoc s administrativou.

Pomoc při komunikaci znamená přetlumočení informací uživateli srozumitelnou formou, předání potřebných informací druhým osobám na žádost uživatele. Pracovník uživateli pomáhá s vyřizováním běžných záležitostí, jako je jednání u lékaře, s úřady, na poště apod., dále pomáhá s vyřizováním korespondence či jinou administrativou (vyplňování formulářů, složenek...). Pokud je požadovaná činnost mimo kompetence osobní asistence, nebo když o to uživatel požádá, zprostředkuje pracovník jinou službu.

Úkon je poskytován v domácím, veřejném či jiném prostředí. Pomůcky potřebné k provedení úkonu obstarává uživatel.

II. FAKULTATIVNÍ (DOPLŇKOVÉ) ČINNOSTI

Fakultativní činnosti jsou poskytovány nad rámec zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách a nelze je poskytovat bez využití základních úkonů. Poskytnuté fakultativní služby jsou zapsány do individuálního plánu konkrétního uživatele.

1. Dohled nad uživatelem (například kontrola, povídání, dohled nad užitím léků)

Popis úkonu: úkon zahrnuje kontrolu uživatele v krátkých nebo dlouhých časových intervalech. Dohled nad uživatelem neobsahuje základní úkony osobní asistence, např. podávání pití, nácvik prostorové orientace a také nenahrazuje jinou sociální službu např. pečovatelskou službu.

Úkon je poskytován v domácím prostředí.

Úkon zahrnuje:

- návštěvu pracovníka v domácnosti uživatele, která může zahrnovat kontrolu uživatele, zjištění jeho potřeb a konzultace požadavků a dohled nad provedením činností vykonávaných uživatelem,
- dohled nad užitím léků – pracovník uživateli připomene užití léků, pomůže s otevřením dávkovače, zkontroluje užití všech léků ev. pomůže s drcením léku. **LÉKY NEPODÁVÁ ANI NEPŘIPRAVUJE!**
- pokud uživatel léky odmítá a neužívá je, pracovník provede zápis do individuálního plánu uživatele a informuje rodinu, pokud s tím uživatel souhlasí.

2. Kopírování písemností

Popis úkonu: potřebuje-li uživatel od pracovníka okopírovat nějaké písemnosti pro svou potřebu a pracovník má k dispozici kopírovací zařízení, naučtuje uživateli za každou zkopírovanou nebo vytisknutou stránku dokumentu 3 Kč. Tento úkon se tedy uživateli účtuje pouze v případě, kdy pro něj pracovník kopíruje či tiskne na zařízení poskytovatele.

Množství kopírovaných dokumentů je na zvážení pracovníka, zda je v jeho možnostech vyhovět uživateli (např. uživatel chce tisknout velký počet stran, je třeba přihlídnout k množství barvy v tiskárně atd.).

Úkon je poskytován v prostředí poskytovatele.

3. Doprava vozidlem poskytovatele s doprovodem pracovníka

Popis úkonu: úkon zahrnuje dopravu uživatele vozidlem poskytovatele a to z místa pracoviště pracovníka na adresu uživatele, a poté samotnou cestu z místa bydliště uživatele na sjednané místo a zpět.

Úkon zahrnuje pomoc uživateli do/z auta. Řidič při dopravě na smlouvené místo dodržuje dopravní předpisy, uživatel je připoután, není-li ze zdravotního hlediska stanoveno jinak. Při dopravě uživatele vozidlem poskytovatele v autě nikdo nekouří, nepije alkoholické nápoje, neužívá jiné návykové látky, nevyklání se z okna, apod. Uživatel hradí nejen počet ujetých kilometrů za cestu na sjednané místo a zpět, ale také počet ujetých kilometrů pro dopravu vozidla do domácnosti uživatele.

Úkon je poskytován na základě předchozí domluvy dle možností pracovníka a potřeby uživatele, a to maximálně 1x zpáteční cesta denně.

Úkon je třeba pracovníkovi nahlásit alespoň 5 dní předem.

	Jméno	Funkce	Datum	Podpis
Zpracoval	Mgr. Michaela Andrlíková	Garant kvality služby	7. 1. 2019	
Schválil	Ing. Irena Lavická	Ředitelka společnosti Ledax o.p.s.	31. 1. 2019	
Určeno pro	pracovníky Osobní asistence Ledax o.p.s.			